



Risultati dell'indagine “La menopausa nella vita delle donne”



Con il patrocinio



Obiettivi di ricerca, metodologia e campione



OBIETTIVI DI RICERCA

- Indagare la percezione e i vissuti che le donne associano alla menopausa, esplorando le aspettative e i timori generati da questa delicata fase della vita della donna
- Identificare l'incidenza, il vissuto e l'impatto sulla qualità di vita della sintomatologia legata alla menopausa, ponendo particolare focus alle vampate di calore e alla sudorazione eccessiva.



METODOLOGIA

Interviste CAWI della durata di 15 minuti



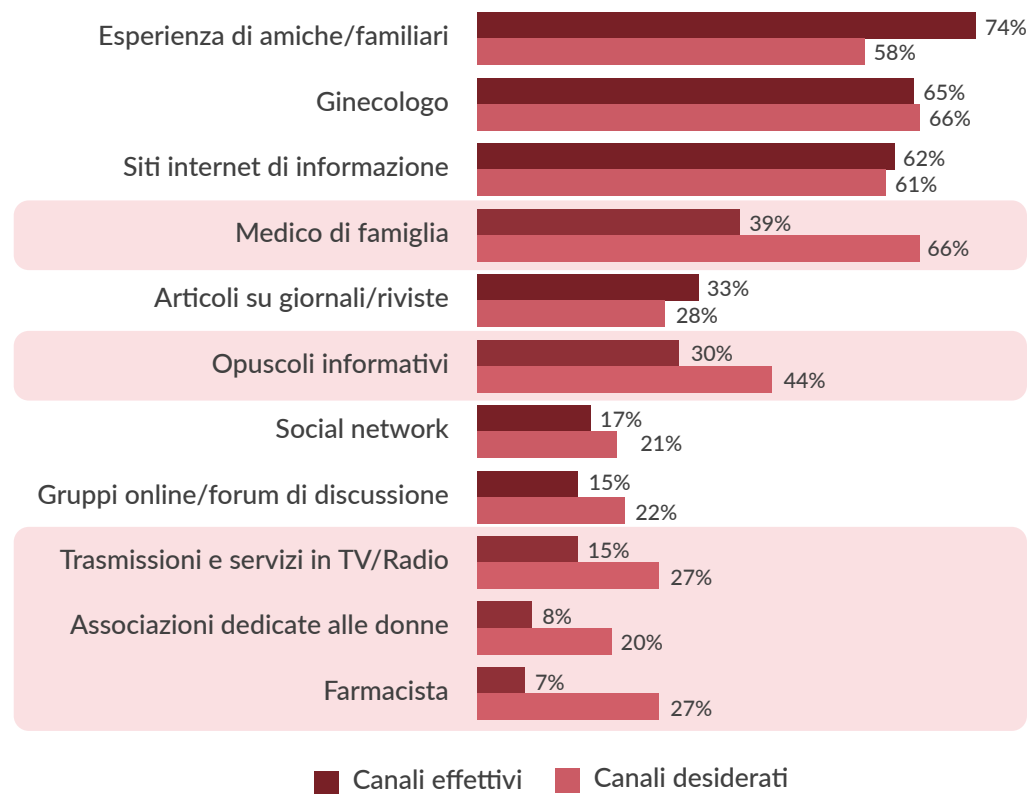
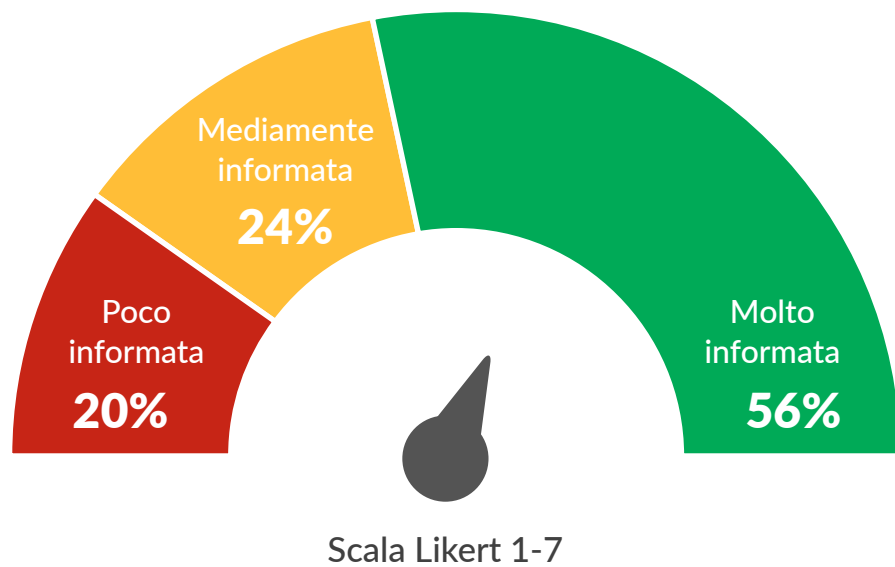
CAMPIONE

600 donne con età compresa tra 45 e 55 anni:

- Età media: 51 anni (equidistribuite nelle fasce 45-50 anni, 51-55 anni)
- Stato ormonale: 55% in menopausa e 45% in climaterio
- Distribuzione geografica: 28% Nord Ovest, 19% Nord Est, 21% Centro, 32% Sud e Isole
- Titolo di studio elevato: 53% laurea, 34% quinquennio superiore, 13% biennio superiore-media
- Lavoratrici (72%)
- Madri (67%)

Quanto e come le donne si informano sulla menopausa?

Il 56% delle donne ritiene di avere un livello di informazione medio-alto rispetto al tema della menopausa; informazioni principalmente raccolte attraverso esperienze di amiche e familiari, consultazione di siti internet di informazione e dialogo con figure professionali. In aggiunta ai canali che già ricoprono un importante ruolo, le donne vorrebbero maggiore coinvolgimento del MMG e la diffusione di informazioni tramite opuscoli.



A1. Quanto nel complesso si sente informata sul tema della menopausa? Risponda utilizzando una scala da 1 a 7, dove 1=per nulla informata e 7=moltissimo informata
Base: 600 donne tra 45 e 55 anni - Data source: La menopausa nella vita delle donne - marzo 2024

Cosa pensano le donne italiane della menopausa?

Le donne vedono la menopausa come portatrice di grandi cambiamenti, caratterizzata da sintomi potenzialmente dannosi e vorrebbero essere più seguite per affrontare al meglio questa delicata fase di vita della donna.

La menopausa porta grandi cambiamenti nella donna



73%

Vorrei essere più seguita per affrontare meglio la menopausa



48%

I sintomi della menopausa possono recare seri danni al corpo femminile

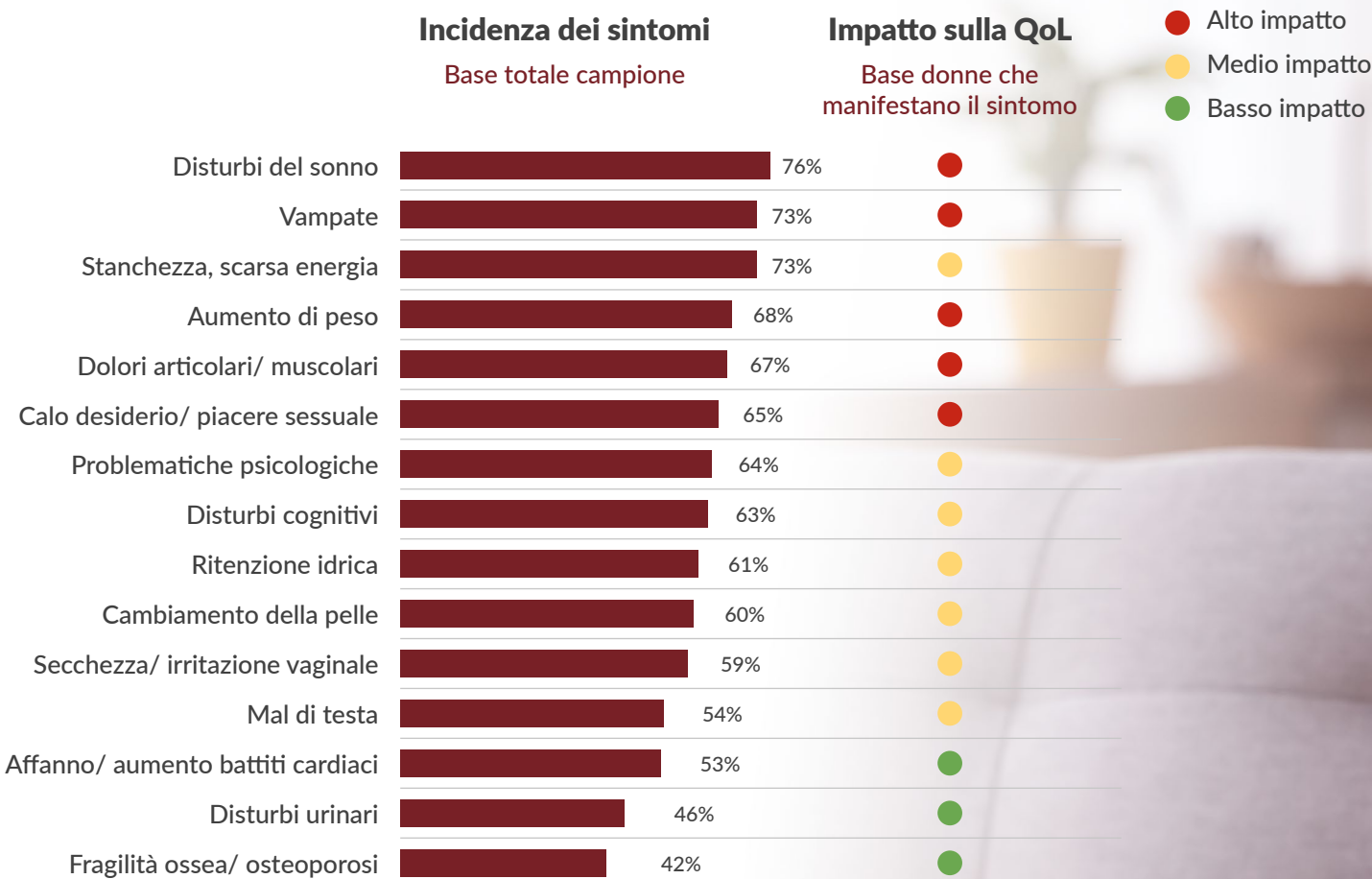


46%

Con il patrocinio

Quali sono i sintomi che vivono le donne in menopausa?

Il calo del desiderio e del piacere sessuale, i disturbi del sonno, le vampate di calore e l'aumento di peso sono i sintomi più frequenti e più destabilizzanti per le donne.



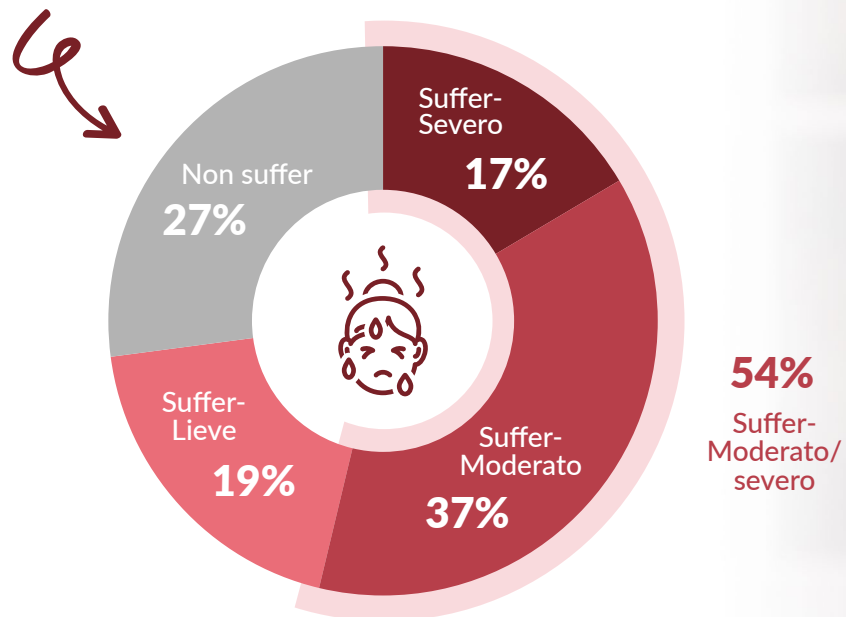
B2. Quali di questi sintomi legati alla menopausa manifesta?
B3. Come li definirebbe per gravità e impatto che hanno avuto sulla sua vita?
Base: 600 donne tra 45 e 55 anni - Data source: La menopausa nella vita delle donne - marzo 2024

Quante donne soffrono di vampate e/o sudorazione eccessiva?

Tra le donne over 45 in climaterio o menopausa il 73% soffre di vampate di calore o sudorazione eccessiva.



Il 54% ne soffre a un livello moderato-severo.



B2. Quali di questi sintomi legati alla menopausa manifesta? D6. Come definirebbe le sue vampate di calore? D5. Su una scala da 1 a 7, dove 1=per nulla e 7=moltissimo, quanto le vampate di calore e la sudorazione eccessiva la fanno sentire
Base: 600 donne tra 45 e 55 anni - Data source: La menopausa nella vita delle donne - marzo 2024

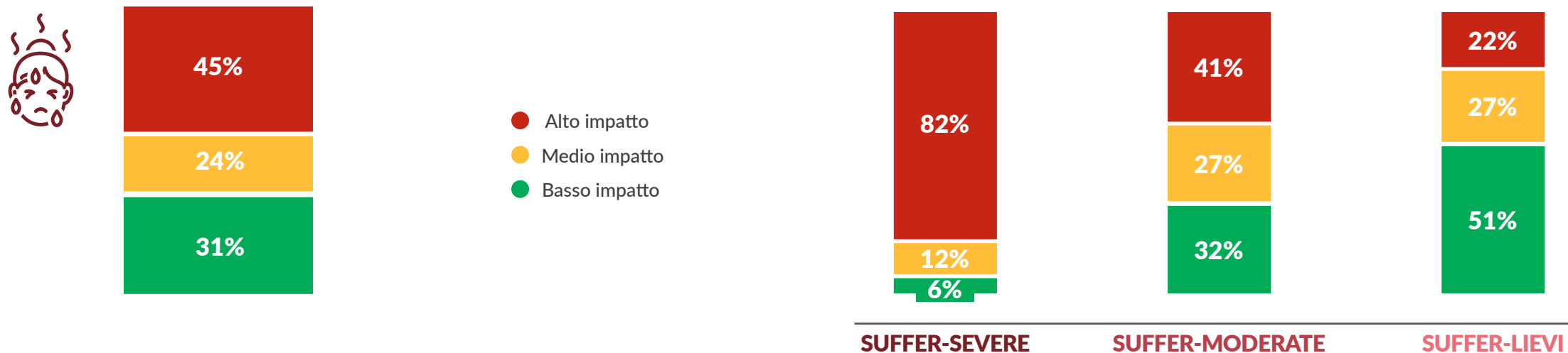
Con il patrocinio



Quale il vissuto riguardo le vampate di calore e la sudorazione eccessiva?

Il 45% delle donne che soffre di vampate di calore riferisce un alto impatto di questo sintomo sulla qualità di vita, riferendo vissuti di imbarazzo e preoccupazione. L'impatto si fa particolarmente elevato fra le donne che ne soffrono in modo severo.

n.438 donne (73%) che soffrono/ hanno sofferto di vampate



A causa delle vampate:



Il **40%** delle donne che ne soffre prova forte imbarazzo
(62% nelle suffer-severe)



Il **30%** si sente molto preoccupata
(51% nelle suffer-severe)

Con il patrocinio



B2. Quali di questi sintomi legati alla menopausa manifesta?

D5. Su una scala da 1 a 7, dove 1=per nulla e 7=moltissimo, quanto le vampate di calore e la sudorazione eccessiva la fanno sentire

Base: 600 donne tra 45 e 55 anni - Data source: La menopausa nella vita delle donne - marzo 2024

Quanto le donne parlano delle vampate?

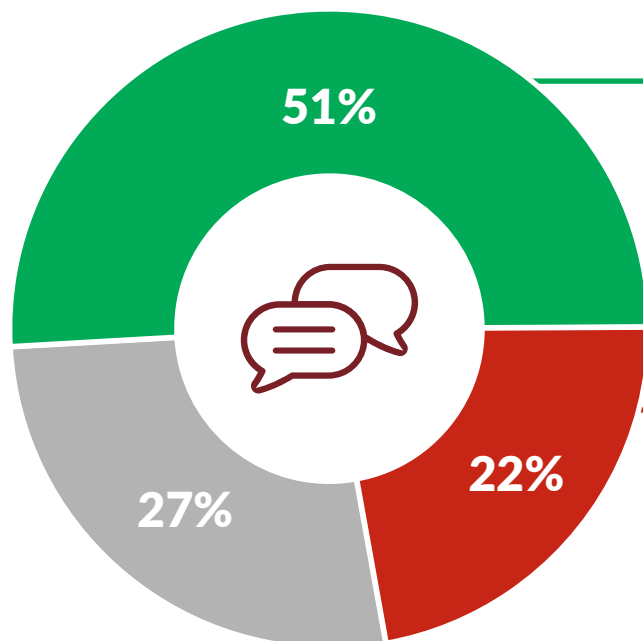
Pur soffrendone, il 22% delle donne non parla di vampate di calore con una figura sanitaria, con la convinzione di poter gestire in autonomia la menopausa in generale e le vampate di calore.



Il 66% delle donne che ne parla si rivolge al ginecologo e il 45% al medico di medicina generale.



La gran parte di queste donne non ne ha parlato perché non lo ritiene necessario ed è convinta che le vampate siano un sintomo che si debba affrontare in autonomia



- Suffer che hanno parlato con una figura sanitaria
- Suffer che non hanno parlato con una figura sanitaria
- Non suffer

D3. Come mai, pur soffrendone, non si è confrontata con alcun medico sul tema delle vampate di calore o sudorazione eccessiva?

D1. E nello specifico, con quale figura ha parlato di vampate di calore o sudorazione eccessiva?

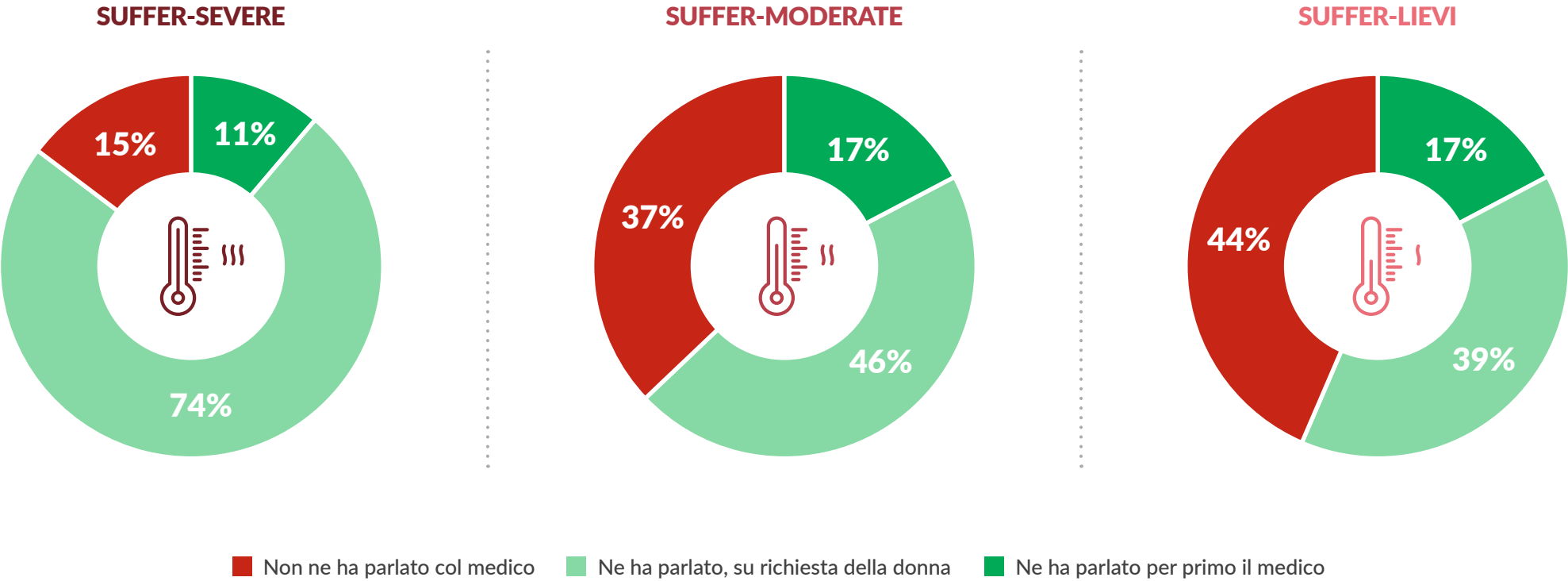
Base: 600 donne tra 45 e 55 anni - Data source: La menopausa nella vita delle donne - marzo 2023

Con il patrocinio



Le donne suffer parlano di vampate con il medico?

Maggiore è la severità delle vampate di calore, più se ne parla con il medico.
Tuttavia gli HCPs sono poco proattivi e sono le donne a dover stimolare il confronto su questa tematica.



C4. Nello specifico, ha parlato di questi argomenti legati alla menopausa e ai suoi effetti con una figura sanitaria (ginecologo, medico di famiglia, farmacista, psicologo/psicoterapeuta, cardiologo)?
Base: 438 donne (Suffer-Severe:101; Suffer-Moderate: 222; Suffer-Lievi:115) - Data source: La menopausa nella vita delle donne – marzo 2024

Le donne seguono una terapia per far fronte alle vampate?

Meno della metà delle donne assume prodotti per far fronte a questo fastidioso sintomo, per lo più integratori alimentari, ma con scarsa soddisfazione per come riescano a controllare il sintomo.

SUFFER-SEVERE

Il **45%** delle donne non assume alcun prodotto per farvi fronte

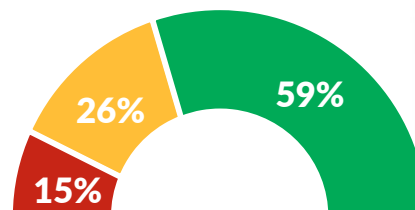
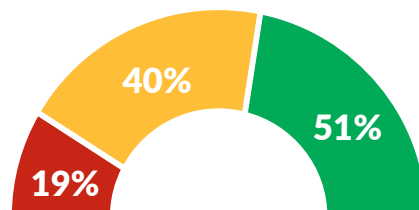
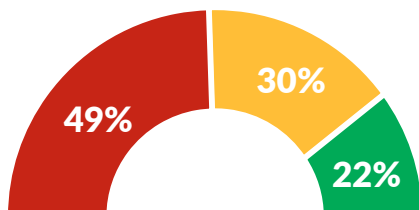
SUFFER-MODERATE

Il **61%** delle donne non assume alcun prodotto per farvi fronte

SUFFER-LIEVI

Il **62%** delle donne non assume alcun prodotto per farvi fronte

Soddisfazione verso la gestione delle vampate



● Poco soddisfatta ● Mediamente soddisfatta ● Molto soddisfatta

Con il patrocinio



Conclusioni e raccomandazioni

Con il patrocinio



Menopausa: un tema in cui l'informazione c'è, ma rimane superficiale



Il 56% delle donne ritiene di avere un livello di informazione medio-alto rispetto al tema della menopausa; informazioni principalmente raccolte attraverso esperienze di amiche e familiari (74%), consultazione di siti internet di informazione (62%) e dialogo con figure professionali (ginecologo 65% e MMG 39%).



Tuttavia, la conversazione sembra rimanere ad un livello superficiale e le figure professionali non si mostrano proattive nel parlare di specifici aspetti legati alla menopausa.



Se oggi la comunicazione passa spesso attraverso canali non medici (quali passaparola e internet) e attraverso canali medici che si avvicinano solo reattivamente alla menopausa, per il futuro le donne desidererebbero un appoggio maggiore da parte delle figure sanitarie, in primis ginecologo, MMG e farmacista attraverso un coinvolgimento proattivo.



Menopausa: una fase di grande cambiamento con una sintomatologia articolata, con cui si convive passivamente



La menopausa è vissuta come portatrice di **grandi cambiamenti** per la donna: di fatto la sintomatologia ad essa associata colpisce la maggior parte delle donne (i disturbi del sonno, le vampate di calore e la stanchezza sono quelli più frequenti), **spesso anche in modo severo**, con conseguente impatto su sfera sessuale, aspetto fisico e benessere sia fisico sia psicologico.



Tuttavia circa la metà delle donne non assume alcun rimedio per prevenire o far fronte alla sintomatologia, ritenendola sopportabile (o di doverla sopportare?).

Le vampate di calore: un sintomo spesso molto invasivo



Il 73% delle donne soffre di vampate di calore o di sudorazione eccessiva, il 54% in modo moderato-severo, con conseguente senso di imbarazzo e preoccupazione.



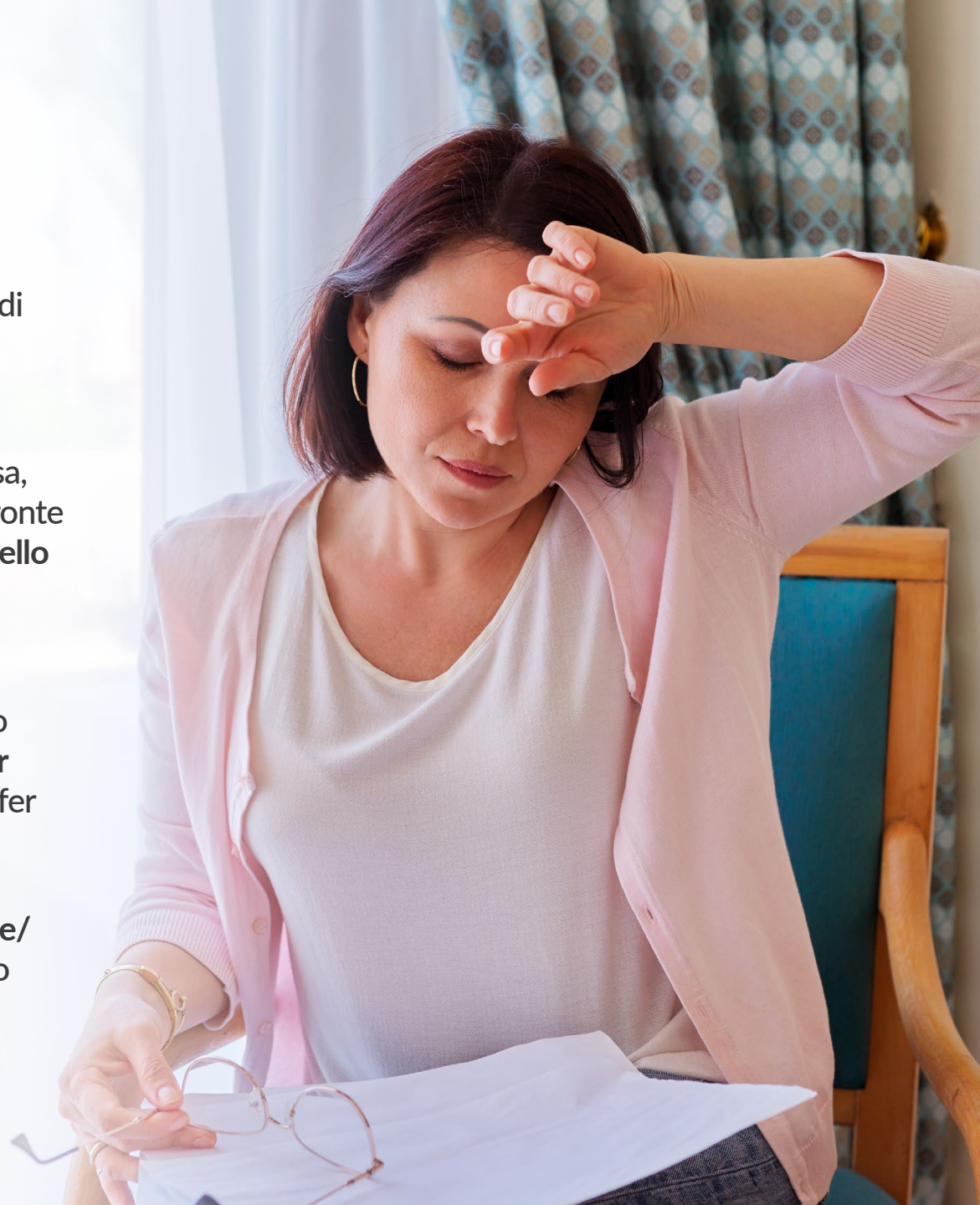
Le vampate severe spesso non si presentano in modo isolato, ma si associano a uno spettro di numerosi altri sintomi legati alla menopausa, ciò **amplifica inevitabilmente il senso di solitudine** percepito nel far fronte a questa fase di vita, il **desiderio di essere maggiormente seguite a livello medico** e l'**impatto negativo sulla QoL**, in tutte le sue sfere.



Nonostante ciò, anche a fronte di vampate severe, la donna rimane spesso sola con il proprio sintomo: si cerca proattivamente il supporto del medico, ma la **quota di donne che arriva ad assumere prodotti per far fronte alle vampate di calore rimane limitata** (solo il 55% tra le suffer severe e il 40% tra le suffer moderate).



Tutto ciò ha dei **riscontri negativi sulla soddisfazione verso la gestione/prevenzione delle vampate di calore**: il 49% delle suffer severe è poco soddisfatta vs il 15% delle suffer lievi.



In questo scenario è fondamentale:



Incrementare l'awareness sui sintomi e le implicazioni della menopausa, temi che ad oggi sembrano essere «dati per scontati» anche dai medici e di cui si parla solo se è la donna a richiederlo. Spesso la donna si rivolge ad altri canali per saperne di più. **Far sì che la donna non si senta sola e senza possibilità.**



Sensibilizzare le figure sanitarie, in particolar modo ginecologo e MMG, affinché indaghino in maniera più proattiva la presenza della sintomatologia legata alla menopausa e **il suo impatto sulla vita delle donne**, in modo da poter fornire loro il supporto che oggi manca.



Colmare il bisogno di conoscenza delle donne circa le possibili soluzioni dedicate alla gestione delle vampate di calore: senza la giusta consapevolezza le donne rischiano di sentirsi costrette a sopportare una sintomatologia ad alto impatto sulla QoL.





Grazie per l'attenzione.

www.fondazioneonda.it